新生指南

A Guide for New Chinese Students & Scholars



编写于 2008 年 6 月

前　言

新同学/学者们，欢迎来到加州大学伯克利分校！伯克利中国学生学者联谊会（BCSSA）代表所有在这里的中国学生学者，真诚地欢迎你们加入到我们温馨的大家庭中来。伯克利地处阳光充足，气候宜人的北加利福尼亚州，西临太平洋，与美国第二大华人城市旧金山仅隔“湾”相望。这里有得天独厚的地理优势加之周围丰富的自然（如诸多国家公园）及科技资源（如硅谷），更有一所在文，理，工，商，法各个领域都有着强大竞争力的享誉世界的综合性大学。你们有理由憧憬在伯克利度过一段充实而又丰富多彩的时光。

然而，初来乍到的你们在异乡开始的生活、学习和工作必将会有一段困难的过渡过程，我们老生们作为过来人在这方面更是体会颇深。为了帮助你们更快地熟悉和了解各方面的信息，迅速而又平稳地完成这段过渡期，我们联谊会重新组织编写了本新生指南。本版本相对老版本作了彻底的重写，以求尽可能地反映最近最新的信息以及需求。

本指南由姜英琪（机械工程系博士生）主编，参加编写的同学和学者还有（按音序排列）：顾春晖（电子工程系博士生），金泠彦（分子细胞学系博士生），李澄宇（分子细胞学系博士后）， 仲力恒（环境科学系博士生），和周勤（机械工程系博士生）。指南汇集了老生们多年的生活经验及感受，尽量做到深入到工作，学习以及生活的方方面面。对此，我们向所有参与编写以及修改的同学们，朋友们表示深深的感谢。同时，我们希望本指南能够成为你们和联谊会之间的一座桥梁。我们热切盼望着你们今后能够积极加入到我们联谊会的组织中来，为身边的中国学生学者发挥自己的一份力量，共同创造我们美好的家园。

伯克利中国学生学者联谊会
2008 年 6 月

目　录

1. 准备篇

1.1. 国内购物

简单说，你如果不在乎钱，几乎没什么需要带过来（除了钱）；如果在乎钱，几乎什么都可以带过来。大家视自己能力而定。一般现实是：这边大部分物价跟国内的物价差不多，你只要把单位从人民币换成美元即可。下面列表供参考。另外，记得根据个人喜好需求进行补充。

(1). 服装类

1. 休闲外套 (主要穿着)
2. 半肩袖/文化衫/衬衣 (主要穿着)
3. 休闲裤 (本地牛仔裤盛行)
4. 内衣/内裤
5. 袜子
6. 秋衣/秋裤 （冬季用）
7. 薄毛衣/薄毛裤 (并非必须)
8. 运动服
9. 休闲皮鞋
10 拖鞋(这边拖鞋多为套大脚趾和其他四趾那种，有可能穿不惯)
11 皮带
12 鞋垫

简评：伯克利不会下雪，但是冬天仍能恨冷（类似北京的早春），屋内需要开空调或者暖气。羽绒服，厚毛衣等用不到，但骑车需要带手套。购买时同类衣服时注意**款式，颜色**丰富一点运动鞋，这边便宜。至多带一双。

(2). 床上用品

1. 毛毯/被子 (厚一些，这里夏天晚上也能降到 10°C 左右)
2. 被套，被罩

(3). 炊具

1. 围裙
2. 菜刀
3. 炒锅(特别是非不粘的铁锅)/高压锅

简评：其实以上均可在大华华人超市买到

(4). 日用品

1. 备用近视镜
2. 茶色(带度数的)墨镜 (开车用)
3. 镜布
4. 平时用的书包
5. 手表
6. 电动刮胡刀(能使用 110V)
7. 一套简单组合工具，如小螺丝刀
8. 浴巾
9. 针线包
10. 指甲刀
11. 剪子
12. U 型自行车锁 (这边动辄$30 以上。要 U 型，以便将自行车绑在固定物上)
13. 雨披 (本地雨伞好买)
14. 电源转接口. 

简评：牙刷，牙膏，毛巾，香皂，洗发水等必需品，带够一个月的量即可

(5). 药品类

1. 感冒药(本地流感比较多)
2. 中成药
3. 常用药如消炎药，咳嗽，痢疾，跌打损伤，花露水，晕车药等
4. 治自己慢性病的药

简评：少买，并注意保质期尽可能长些。如果有牙病，医好再过来。

(6). 其他

1. 中国工艺小礼品，例如茶叶，剪纸
2. 泳镜/泳衣/泳帽
3. 自己喜欢的调料
4. 通讯录 (备份，以防硬盘出事故)

1.2. 电子资料

以下软件可以考虑拷贝到移动硬盘上带过来。以以前经验看，海关部分几乎从不检查(包括笔记本电脑)。

1. 自己多年积累下来的常用软件。特别要记得带上本专业科研用的软件，这部分在这边比较难弄到。
2. 自己往日科研成果，课件等。
3. 歌曲，视频，图片，电子书籍等。

提醒大家，如果你进入了某实验室工作，他们往往为学生准备了常用正版软件，如 Office, Acrobat。可以借来安装。

1.3. 书籍

之所以将书籍单列出来，是因为中美之间书籍价格差距极大，国内 70 元的书，这边买一百多美元的情况很常见，即使二手书价格也并不会低太多。所以投资本项的收益极大，可能超过 1:10。携带的范围可以包括：

1. 本/硕期间用过的基础的、专业的教科书；(这个看得快呀)
2. 你未来课题方向的牛*、经典、不得不看、bible 级的书。(拿不准的话少买)
3. 未来选课的教科书。(如果你能提前知道的话)

新书可以通过网上定购或图书馆复印获得。3 的部分很难，来了才知道缺什么。学校下学期的课程一般都已出来(schedule.berkeley.edu)。先去查查妳可能会上什么课、课程信息里是否提及。可以通过授课教授网页上以往授课的 Syllabus 找出一些信息。

注意适量勿多，虽然买对了会省下很多钱，但也可能带过来根本用不到。由于重量较大，一般采用邮局海运邮寄的方法，通常一个月左右到达。准备好后，可以请这边师兄师姐提供一个地址接收。从以往经验看，仅限中国境内销售的书籍以及复印书在邮寄过程中并不会出现版权而被拒绝或没收，可以放心邮寄。

1.4. 其他

除了上面内容，另外推荐新生掌握的两件事是：**学做菜，学开车**。其他信息新生推荐参考：1)新水木(bbs.newsmth.net)的 AdvancedEdu 版和 feiyuelaoyou 版；2)紫霞 BBS 的 Berkeley 版(bbs.zixia.net)；3）Google！另外，关于几项特殊资料携带的必要性：

1. **成绩单**：你只需要带过来一两份成绩单即可，除了研究生院存档要一份外，目前还未知有其他情况下需要。注意研究生院那份需要同时包含学位证和毕业证复印件。另外，办汽车保险时，有学士/硕士学位可能有一定优惠，复印件即可。
2. **原版学位证书**：不需要。
3. **体检表**：与其他学校不同，我校不需要任何体检，免疫证明；
4. **公证，出生证明**：不需要；

2．租房篇

2.1. 概述

对于带伴侣过来的新生可以申请 UC Village (Family housing)，流程见校研院寄的录取通知书，注意带上婚姻证明，其他这里不详述。对于大多数单身新生来说，首先明确，伯克利没有自己的学生宿舍(即没有国内那种学生宿舍楼)。即便它确实有些 university owned and operated house 以及 I-House 等，但是几乎每个月一千美元以上，通常住不起。实际解决方法是自己在学校附近找房住，房租一般在$500~750 之间。

2.2. 具体流程：

1. 在国内就加入 BCSSA 的 mailing list (http://bcssa.us/cms/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=2)， 加入这个 mailing list 后你会每天收到一些邮件，里面就经常有出租房的信息。另一个非常推荐的提供租房信息的网站是 Craiglist (http://sfbay.craigslist.org/)。
2. 进入七月后，挑选几个合适的租房信息，然后有三种选择：
   （1） 如果请这边师兄师姐帮忙的话，将信息转发，请他(她)帮你看看房子，礼貌提示：师兄师姐们暑期也有研究或实习的事，所以尽量少麻烦他们，自己先筛选好，能 Email 或电话直接确认的。满意的话，就请师兄师姐帮交一下房租定下来。一般师兄师姐们不会介意帮你垫钱。
   （2） 如果有别的新生先过来，你就拜托跟他说好合租或者让他多给你看一个地方交一下订金。这也是很省时省力的。
   （3） 如果打算自己亲自寻找的话，看广告的时间可以进一步推迟，来美国一周前看看就可。因为你如果迟迟不过来，房东不会一直保留房子。然后，就是争取提早过来，一般我们 BCSSA 和几个华人教会会安排接机和临时住所，然后利用在教会的那几天去看之前感兴趣的房子。

2.3. 注意事项

1. 价格和距离学校远近。一般来说离校园越近越贵。据“前人”的说法，校园以北的地区比起校园以南的地区安全性相对高。
2. 水电费，燃气费，上网等问题，注意和房东确认此类“utilities”的费用；
3. 如果不打算开车的话，附近有无便宜超市(主要超市见后文)；

另外要知道，一般一旦定下来，你会被要求立即交纳一个月的房租作为押金，这也是你要从国内多带些钱的主要原因之一。押金的目的是防止出现房客突然消失等问题，而你每月的实际房费可以在下一个月的入住日前交即可。

最后，由于每年新生数量众多，新生请尽量通过以上途径自己找到住处。在所有努力都失败的情况下，再联系 BCSSA。这一点希望大家理解。

3. 飞跃篇

3.1. 出/入关

出关分为：海关→托运行李换登机牌→检验检疫边防检查→安全检查→候机及登机五步，具体参阅北京首都国际机场推荐的流程：http://www.bcia.com.cn/harbor-guide/ileave.shtml，这里不重述。一般至少提前两到三个小时到达机场。

入关请参阅：www.flysfo.com/，其流程一般额为：

1. 排队：在 Visiting/Guest 出口排队
2. 面对移民官：出示 I20，护照，I94。会简单问几个问题，照实回答就可以了，移民官会留下 I94 的上半部，把下半部订在护照上，注意保留，这是你在美国居留的唯一合法的 form。
3. 取行李：找个推行李的车，找到自己航班行李所在的转盘，取行李，放在车上
4. 过动植物检验检疫：交报关单（board protection）。途路中可能有位工作人员拦住你，为你是否携带某些违禁品，并有可能抽查，所以不要携带肉类、种子等违禁物品。。他们之后会在你表格上划条线，表示已询问。
5. 如果联系好有人接，此时就可以见面了。如果自己走，可到 Level 3 靠近 Boarding area G 附近搭机场内 BART。BART 是以终点站区分不同路线的，请注意选择" To Richmond"的列车。如果还不确定问一下周围的人。到离校园最近的 Downtown Berkeley 站下车，目前单程价格$5.90，到 Berkeley 约需 1 小时。如果带的行李少，是不错的选择。记得准备足够现金买票。下面是 BART 站的标志。



整个旅途中，最最重要的两个文件是：

- Passport，其中包括了 Visa Page 和 I-94 on White page (飞机上得到)
- Certificate of Eligibility (I-20 or DS-2019)

另外，记录几个这边师兄师姐，系里小秘的联系方式，以备不时之需。

3.2. 在伯克利的前两天

第一天

1．银行开户，拿到 Debit Card，即国内银行卡（主要银行见后文）；
2．打电话回国报平安。
3．开箱卸货，开始搭窝。

第二天：

1. 办学生证，同一地点领取 Class pass 以用于免费坐车。

地点在 110 Cesar Chavez Center，出了学校南门(Sather Gate，那个大铜门)外左手边凹下去的广场就是。只需提供 Student ID 和护照，照个像之后就可以领卡，很方便。而且以后还可以拿学生证做 Photo ID 使用。希望照好点的话打扮一下，第一次不满意可以要求重照一次。

2. 见未来老板，见实验室师兄师姐。
3. 找系里找小秘办各种手续的单子，包括将将新领的学生证注册为 Card Key，以便让自己晚间也可以进入系馆。如果对自己的 funding 有疑问，这时就搞清楚。
4. 请师兄师姐帮忙去超市采购 (准备充分的话第一天也可以去)

注意：SSN 和信用卡你一时半会还拿不到，手机也往往要拖好久才能办上，刚到不必考虑。挑选合适的时间尽早参加新生 Check-in，你会拿到一些有用的表格。此外，尽可能参加 International Student Orientation 和系里组织的 Orientations。

3.3. 其他

(1) 如何快速推算国内时间？

将本地(伯克利)时间加 3 小时后，上午换下午，下午换上午就是。例如，伯克利晚上 6:20 就是国内上午的 9:20。伯克利实际时间是比国内迟 15 (=12+3) 个小时。

(2) 抵达后向国内报平安？

通常你可以求助这边的师兄师姐，他们往往会有打往国内的 IP 卡，实际话费仅每分钟几毛钱。另外你也可以在例如大华(Ranch99)这样华人超市购买一张自己的 IP 卡。你可以使用师兄师姐们的手机或者座机，使用手机的话注意尽量挑选夜间或周末等手机免费时段打，此时国内也是白天，较适合联络。

4. 学业篇

特别提醒，由于本部分关系重大而各系政策可能有所不同，以下仅概括性描述新生们可能遇到的共同问题，请新生们一定参考各自系主页了解详细准确的信息。

4.1. Prelim

部分理工科研究生新生第一个挑战是叫做 Prelim 的考试，考试时间各系各不相同，考试内容也有很大差别，这里不详述，请新生访问各自系的主页寻找相应信息。举例来说，机械(ME)系的 Prelim 考试每半年一次，一般新生在来后的第一个学期期末即半年(如果你是带着硕士学位过来)或者第二个学期期末即一年(本科学位)被要求参加此考试， 其的目标是检验新生本科基础知识的能力。而对于工业工程系(IEOR)来说，其 Prelim 为一年一次，其考试内容侧重过去一年中在伯克利所修课程的掌握情况。第一次考试失败后，学生还有第二次考试的机会；如果再次失败则会被劝退。不过从历史情况看，两次都失败的几率非常非常低。

4.2. 选课

一般新生在国内就会被告知可以开始选择自己新学期的课程。具体选择科目往往取决于：1）未来 Prelim 的考试 2）毕业要求的学位课程。请注意：很多课程是一年一次，即若错过本秋季学期课后，下次将会在来年秋季学期才出现，而不是接下来的第二年春季学期。所以若新生打算尽快修完所有毕业要求的学位课程，请合理设计自己的选课计划。

选课时经常听到的两个术语:”Phase I”或”Phase II”，两者分别指两个选课时期，Phase I 先出现，持续时间较短而且允许选择的课程数目受限，通常两到三门。安排此段时间主要目的是，由于每门课的学生容量有限，本段时间允许学生选择部分热门课程但又避免占据过多。其实如果要选的课程并不热门的话，可以忽略这一选课时期。Phase II 在正式开学前开始，一直持续到开学后三周。本段期间，学生可以继续选择到足够的学分(一般三门到四门)。推荐新生选择最终三门，任务量比较适中。

课程标为 0-99 的课程面向对象为大一、大二本科生；100-199 的课程面向对象为大三、大四高年级本科生；200-299 的课程面向对象为研究生；300-399 为专业课程。多数情况下，作为研究生，你会被要求选择 100~199 和 200~299 的课程，具体数量看各系要求。一般经验事，研究生课程比较容易得到 A，而本科生的课程反倒竞争激励，任务量大，可能得到略低的成绩。当然最终成绩还跟课程和授课老师有关，很难一概而论。推荐新生第一学期选择比较容易或者能够为马上面对的 Prelim 有帮助的课程，具体课程难易程度可以咨询老生。另外，在开学三周之后(之前是选课期间，可以免费 add or drop)直到进入期末考期前，考生申请 add class (5$) 或 drop class($10)。**再次提醒：**以上信息请考生提早跟系里小秘核对，编者不能保证所有系都执行这样的政策。

两个常访问的选课相关网址为：

1. Schedule: http://schedule.berkeley.edu/

查询下学期课程信息的网址。

2. Telebears: https://telebears.berkeley.edu/telebears/home

正式选课的网址

4.3. English Speak Test/OPT

对于要当 Graduate Student Instructor, GSI(即 TA)，同时没有 TOFEL 口语考试成绩或成绩达不到系里要求的新生，需要参加 English Speak Test 考试或 Oral Proficiency Test (OPT)考试来取得授课资格。一般流程是：

1. 向学校 Language Proficiency Program(Langpro@berkeley.edu>)发信，它会回信给你一份提供个人资料的表格。填写完毕后 Email 回。
2. 等待一段时间，新生将被 Email 告知参加某日的 English Speak Test 考试。国内新生如果无特殊英语锻炼，通过本考试一般较难。
3. 若 2 通过，则就取得授课资格；如未通过，考生将可以在接下来一到两周内参加 OPT 考试(学校会安排)。对于 OPT 考试，一般来说，中国学生通过的几率大得多。
4. 若 OPT 考试也失败，新生将失去在马上的学期当 TA 的资格。OPT 失败的考生将被要求至少等待六个月，后者修一个学期英语课后再次参加 OPT 考试(参加英语课目的只是用于提高水平，不能代替考试)。若想再次参加 Speak Test 考试，考生需要等待至少两年，所以一般就可以忽略。

对于由于两门考试都失败引起的财政资助问题，新生应尽快联系系内相应管理者，请求他们解决办法。通常情况是系里会无偿承担第一学期的学费大额部分(Educational fee, Nonresident fee 等大头)，生活费部分可以通过做 Reader（判作业）来缓解。第一学期后，新生可以再次参加此考试当下学期 GSI，或者在某教授处找到 Graduate Student Researcher, GSR(即 RA)职位。

4.4. Fellowship, GSR, GSI

资金部分，若新生获得 Fellowship，可能的情况不尽相同。一种常见情况是在开学初不久一次性拿到半年资助，然后第二学期再拿半年，然后依次类推。对于持 GSI 或 GSR 职位的学生，一般在 10 月初会拿到第一笔工资(注意开学在 8 月 20 日左右)。目前，伯克利 GSR 的工资在$1300~$2000 之间，各系之间差别很大。无论 Fellowship 还是 Student employee，通常在来后一个月内，新生不会获得应得资助，而此段时间开销又往往较大，所以请新生从国内带够此段期间的花费，通常两万人民币以上比较合适。

有些新生担心 GSR 工作影响自己课程学习。实际情况是大多数教授都不会要求 GSR 们在第一个学期有明确的工作成果，主要以熟悉实验室环境为主，至多会帮老生“打下手”之类的事。相对地，GSI 耗时较多，课程不同，实际任务量也有所不同。GSI 的学生应尽早联系系里，同时考虑选课数量少于一般学生。

一个容易让人糊涂的是新生的 offer 里可能写着“49.5% GSR or 50% GSI”。这其实就是一般的 GSR，GSI。不是 100%的缘故是，作为学生，在学期内你有义务至少花 50%的时间学习，所以至多可以做到“50%”的 Student employee。当进入暑期后，你就有可能获得“100%”的 GSR 职位，往往因此你也会得到双倍收入。

除了以上收入来源外，新生还可以到系里找到当 Reader(判作业和试卷)的职位，其薪水相应要低，但生活费也还是够用的。一般如果你已有 GSR 这类职位情况下，无法同时获得 Reader 职位(因为那将超过 50%工作时间)，持 Fellowship 的学生有可能，具体请联系各系里。

4.5. Rotation

有些专业例如生物系刚进来时并没有决定老板和实验室，而是要先通过一个 rotation 的过程，也就是要在几个不同的实验室做过以后再决定。Rotation 非常重要，是学生和实验室相互了解的好机会。选择一个适合自己的实验室就是研究生生活成功了一半。选择第一个实验室前往往比较盲目的，主要的信息来源可能就是通过网站上关于系里各教授的研究方向的介绍以及他们的 publication。选择自己喜欢的方向往往是选择第一个实验室的依据，然而在开始第一个实验室工作以后会发现兴趣只是一方面，老板的风格、具体课题的可行性以及实验室的氛围可能更为重要。这些因人而异的感受只有亲身经历才能做出判断。另外要注意多和实验室的学长们交流，了解系里其它实验室的情况，为下一步做好准备。当然，不管觉得自己是否会留在这个实验室，实验工作还是要认真去做，系里的老师私下里也会交流对 rotation student 的看法。要给自己树立好形象哦。

4.6. Qualifying Exam

大部分理工类专业除了有针对书本知识的 prelim 考试之外，还有一次针对自己课题的 Qualifying exam，即博士生资格考试。不同系要求学生参加 Qualify 的时间和内容各有不同，而且跟老板的意见有关。举例来说，生物（MCB）一般是在第二年下半学期进行，这时学生基本已经完成了必修课而且选定了实验室开始正式 research。Qualify 的形式基本上是对自己正在进行和即将展开的 thesis project 进行答辩，目的是为了考查学生是否具备了独立研究的能力。一般学生先选定 Qualifying exam 的 committee，在以后的一到两个月中，需要大量阅读自己研究领域的文献，写一份关于自己课题的 proposal，内容包括课题的背景、意义、方法和已取得的结果等等。proposal 需要修改多次才能达到比较好的效果，除了自己导师之外，建议请师兄师姐进行修改。通过修改不断理清自己的思路，这也是一个很好的锻炼过程。一份好的 proposal，不仅能帮助你成功通过 qualify，而且对课题的顺利展开也大有裨益。还有就是一定要有 practice talk，特别是对于我们外国学生，想要流畅地表达自己的意思需要练习，可以请师兄师姐做听众并提问题。正式的考试形式各专业可能有所不同，基本上是学生在上面阐述自己的 project，底下 committee member 随时打断进行提问。qualify 的难易程度和 committee 的选择有很大关系，这些应多向师兄师姐们请教。和 prelim 一样，大部分人都能一次通过 qualify，其余的也能在第二次考试中通过。

4.7. 常用校内网址

1. 校园地图
校园地图：http://berkeley.edu/map/
对于要去不熟悉的校内建筑，可以通过该建筑的英文名称首字母检索。
推荐打印出来的地图在：http://berkeley.edu/map/maps/large_map.html

2. Bearfacts: http://bearfacts.berkeley.edu/
打开后，点击第一项“Bear Facts for Students/Student Resources”，在新网页中点击“Students”。主要查询所有过修课程成绩（一般期末考试结束两周左右可以在此查询考试成绩），同时可以查询本学期学费缴纳情况。

3. Blu Berkeley:
打印自己每月工资单，更改工资 direct deposit（学校将钱直接打入你的银行账户）的接收银行，打印保税用 W-2 等。

4. bSpace: https://bspace.berkeley.edu/
上课时课件发放，作业提交等经常通过此网站。

5. Student Calendar：http://registrar.berkeley.edu/GeneralInfo/stucal.html
主要用来看那天学校放假，别发现大家都没来，你自己跑到了教室… 对国内同学比较奇怪的节日包括马丁路德金日，老兵节等，均全校放假。

6. 图书馆相关：
查书：http://sunsite5.berkeley.edu:8000/
续借方法：http://www.lib.berkeley.edu/BIOS/renew.html
通常研究生借书可以保留一个月，个别图书馆时间更长。但是如果遇到别人催还(Recall)，则被要求接到通知一周之内归还（即使你昨天刚拿到手）。你如果要催还别人借书，往往需要到图书馆台亲自办理。

5. 生活篇

本章内容较多，其中前三章为新生刚到必读，其余部分视兴趣决定。

5.1. 手机

美国主要手机运营商为三家：AT&T(被吞了之前的 Cingular); Verizon, T-mobile。新生购买手机往往选择同几个人一起购买 Family Plan（类似国内套餐）。其特点是所有加入 Plan 的人共享每个月固定通话分钟数，如每月 500min, 700min 等可选，超出这部分将被收取较高的通话费；若未用完本月配额，则可以累计到今后的月份中（然而如果最后合同截至时仍未用完则作废）。参加 Family Plan 好处在于，固定分钟数部分通话费用较低，另外往往有免费电话赠送。其缺点是需要一次性签订两年合同，中途中止的罚款较高。送的电话质量也不是最好，更好的要额外加钱。其具体申请流程如下：

1. 首先要找到一名持有美国信用卡的人担保。这里“担保”就是同一利用他（她）的信用卡开办这项手机服务。手机商店会复印他的信用卡，如果未来有欠费的情况，将从此信用卡支付。一般来说，担保人会因此受到信用损失，所以并不是所有人都愿意出面帮忙。这时新生可以通过加入其他已有 family plan 或者等待几个月后申请到自己的信用卡再办理。
2. 挑选合适的 Plan。一般来说，通常 500min/month 可以够三个普通用户使用。与国内家人交流可以采用晚上或周末这样免费时段，这些时段不算进固定配额。(另外 QQ 和 MSN 等聊天软件在伯克利工作良好，包括视频，所以家中有电脑的同学不妨考虑带个好摄像头过来)。一般同家运营商的手机之间通话也是免费，不耗配额。
3. 挑选赠送的手机，有多个用户情况下，有一台可能较好，其他就比较一般。如果不满意可以加钱得到更好的手机。但加钱的手机通常并不合算。
4. 未来每个月，手机持有者会收到账单，月月网上交费。

另外，美国各家公司也提供像国内大多数手机那样的使用充值卡的手机，用完买卡。但这类手机在美国并不广泛，其通话费用相对 Family Plan 较高。好处是非常自由，没有每月的固定花费。所以用手机极少者可以考虑此种手机。

5.2. 银行和信用卡

伯克利这里主要的银行有三家：Citibank, Bank of America, Wellsfargo。美国的银行账户有两种：Checking account, Saving account。顾名思义，Checking account 可以无限制写 checks，使用 ATM 提现，其缺点在于没有此账户内存款无利息。Saving account 与此相反，其内的存款有利息，但是无法用支票从中取款，每月允许从其中提款的次数有限制（如 6 次），超过此限制将被罚款。一般来说，新生去银行开户时，银行会默认同时开办这两种账户。开户时只需携带护照和 I-20 等登机时使用的身份证明文件，无须额外文件。

美国信用卡的办理相对复杂，其往往需要新生持有社会安全码(Social Security Number, SSN)后才能办理。个别银行提供无 SSN 也可以办理的 Secure Credit Card，但一般来说无甚必要。一般来说，新生到达学校后，约一个月后可以办理 SSN，之后申请普通信用卡比较

容易。美国银行对于有一定信用积累(通常是你来到这里一年左右)，可以申请具有各种 Promotion 的信用卡，典型例子是 Cash Back 信用卡，其可以在你消费一定数额后，反馈给你一定钱款(例如 1%cash back 就是消费满一百则返一元)。这类信用卡常常需要良好的信用记录，相对普通卡较难申请，所以不推荐新生开始就申请，可以等待一年左右时间再尝试。

5.3. 社会安全码

社会安全码即 Social Security Number (SSN)。一般此号码要等开学后两周以上才可以办理(等待你的信息加入信息库)。理论上只有 TA 和 RA 等工作的学生才可申请 SSN，而享有 fellowship 的学生一般只能申请 ITIN，视系里规定而定。申请 SSN 要去学校西门外的一所办公室，携带资料包括：passport(including the I-94 sheet), I-20, Employment verification letter（获得此介绍信要去位于 I-house 的国际学生办公室一趟)。到了那里填一张表，签个字就可以，不会问任何问题。通常去过后两周邮寄给你一张纸质卡片，上面印有你的 SSN。详细流程见：http://internationaloffice.berkeley.edu/multiple_use/socialsecurity_apply.php。

5.4. 家中上网

伯克利的上网服务通常使用 AT&T Yahoo ADSL，价格根据网速的不同而不同。同国内一样，在美国上网同时必须拥有座机(即使你从不使用它)，所以除了上网费外还必须支付一定的座机费。特别注意的是，对于年收入少于$22000 的"低收入"学生(可以用连续三个月的工资单或者报税的表证明)，可以在电话开通后（不能在开通时就申请）申请 AT&T 提供的 LifeLine 的优惠政策，可以每月减免$10 左右的费用。举例来说，3M/s 的并享受 Lifeline 优惠的上网服务每月为$28.07，可以满足三到四个人日常上网要求。(我们实际观察到的下载速度是 300k/s，量级的差别是由于描述对象不同造成的)。以上数据 2008 年 6 月有效。

5.5. 就餐

伯克利校园北门和南门外都有较多饭店，提供的食品主要两类：西餐，如皮萨饼，三明治，汉堡等；另一类是亚洲餐馆，如中，越，台，印，日等。一次消费一般在$4~$7 之间。几家典型餐馆包括（前两家为“填饱肚子型”)：

1. 湘满园(T.C Garden)——就在学校北门外，附近还有若干家泰国菜，越南菜餐馆，都不错。
2. La Val's—同样北门外，墨西哥人开的皮萨店，一张直径约 25cm 的 pizza 加一杯可乐只要$4.3，吃着很热乎。对面的三明治店，新鲜便宜。
3. 南门附近的 Asian Gatol，在 Durant 上 Telegraph 东侧，有多家中餐馆，泰国餐馆，韩国餐馆，日本餐馆。
4. 西门外 University Ave 上 Shuttuck 以西的台湾饭店，Shuttuck（东）上靠近 University Ave. 的鹿鸣春，Great China（丰年）饭店，鸿涛，长寿（鱼素餐馆)，Shattuck & Center 小湖南，little mandarin。
5. 不错的酒吧：Shuttuck 上的 Tripple Rock(靠近 Hearst) 和 Jupitor (靠近 Bart 站出口)
6. 法式：Shuttuck 和 Hearst 交界的 Liaison Bistro，价格在法国菜馆里算便宜，偶尔打牙祭。

7. 日式：Telegraph ave. 和 Derby 交界上的 Sushi 店，相当新鲜； Martin Luther King Jr Way 上（大概 2040），Sushi Cal，店小，但很别致。
8. 韩式：Ohgane ，大概在 3938 Broadway，在 Oakland，和 40th 街交界。不便宜，可肉吃着保管过瘾。
9. 卡拉 OK 店，在大华里有一家，大概 4 小时人均消费在 22 元左右。

5.6. 公共交通

在伯克利，除自驾车外，主要的交通方式有两种：

1. AC Transit

即国内的公共汽车，而且对于伯克利的学生，其交纳的学费中自动包含了类似月票的费用。每个新学期，学生们会领到一张 AC Transit Class Stick (一块类似防伪标志的不粘胶纸)，出示这张标志就可以在接下来半年内免费并且无限制的搭载 AC Transit。所以没车的同学可以多多利用。

2. Bay Area Rapid Transit (BART)

即国内的地铁或者轻轨。主要用于相对 AC Transit 的长途出行。我们中国学生常搭载其去旧金山国际机场或到附近的旧金山，奥克兰市。BART 在离校园最近的车站名为：Downtown Berkeley, 位于学校西门外不远，从机场到达 Berkeley 的单程标价目前为$5.90 (2008.6)。其他目前可以到达的地点，票价，通车时间，请见官方网站：http://www.bart.gov。

5.7. 自驾车

关于二手车信息，Craiglist 是主要来源，确认自己要买什么价位，新旧，厂家，双门还是四门。大致确定了几个目标之后向卖主索要 VIN number，然后在网上（比如 DMV.org 或者 CarFax）查看车的历史，包括车几次易手，是否出过重大事故，是否是租车公司拍卖的车等等，主要用来侃价。关于 VIN number:
http://en.wikipedia.org/wiki/Vehicle_identification_number 。

购车时，注意听有无异响，看有没有灯亮（主要是 check engine 灯如果一直亮着，就有大麻烦）；轮胎是否磨的很平，到时间的大修项目如果没做（比如 还 Timing Belt，需要花大几百块）；当然还是主要是用来侃价。汽车保险主要有两种：full coverage 和 liability coverage。 Full coverage 可保由于保险人或他人造成的交通事故。Liability coverage 只负责赔偿保险人造成的车祸损失。Full coverage 的保费比 liability coverage 贵得多。对旧车保险一般只购买 liability coverage。保险公司的保险费相差很大。买保险之前应多询问几家公司

考驾照分两步：笔试和路试。最方便的学驾驶是请有经验的朋友教。驾车时一定牢记：安全第一！最忌酒后驾车！如果坐别人的车，要保证司机没有喝酒。

5.8. 其他

(1) 理发

这儿很多学生是“自力更生”， 相互理发， 或让自己的爱人理。工具推荐从国内带，记得同时买些遮头发掉在身上的布，夹子和理完清理脖子那个软毛刷。喜欢的话可以再买些专业剪刀等。一般工具也可以在这边网上买到， 很便宜，大概$15-$20 左右。但其他小工具容

易买不到。如果你选择去理发店的话，一般一次要$15 多，很贵。

(2) 锻炼

伯克利校园西南边有一所较大的体育馆 Recreational Sports Facility (RSF) 又称 Gym，里面有哑铃，跑步机等器械和羽毛球，篮球，游泳等场地，而且有些武术，瑜伽课程可以自由选择。学生每学期只需$10 就可以无限制使用。Visiting Scholar 贵些，一学期大概$140 左右，一年 300 左右，但是比校外 Gym 便宜。除此以外，伯克利非常流行的运动运动方式是街边慢跑。

(3) 就医

一般伯克利的学生都是有 Student Health Insurance Plan (SHIP) 这种基本保险的 (http://www.uhs.berkeley.edu/Students/insurance/index.shtml)，它已经包含在你交纳的学费里。但是它要求你必须首先到学校指定医院就医，一般就是学校西南角的 Tang Center。注意医药费部分，即时有保险，你会发现还是会负担 1/3 左右的开销。所以保持健康最重要。首次就医带上学生证即可，之后会领到一张就医“金卡”。

(4) Photo ID

学生证是我们在学校附近的 Photo ID。而 Driver License/ California ID 这两个证件分别是对有车/无车人的更广泛使用的 Photo ID。在正规大超市买烟和酒时，学生证一般需要出示后者。此两项需要拥有 SSN 之后才能申请。

(5) 邮局

主要用于给国内寄东西或者买信封邮票。学校附近有三个：

1. 南门外：The Sather Gate Post office, 2125 Durant, Tel: 6493152.
2. 西门外: The Berkeley Main Post office, 2000 Allston Way, Tel: 649-3100.
3. 学校以北：Post Office - North Berkeley，1521 Shattuck AVE，

6. 购物篇

6.1. 超市采购

出行方法，新生可以参考：

1．与有车同学一起去。这自然最方便，能购买东西的体积也不受限。但是有时需要等待机会，并且如果住得不是非常近，经常麻烦人家有些不方便。

2．AC Transit(免费)或者乘 BART(非常便宜)过去。这个比较自由，想走就走，但等车时间稍长。

3．骑自行车去。这个可以结合锻炼身体在一起，如果实在不愿意等车，有兴趣的新生不妨一试。但请注意交通安全，尽量选择汽车少的路线。

在此强烈推荐使用 Google 地图：http://maps.google.com，使用里面“get directions”功能，你就能估计出从你家到目的地的距离了。现在地图还加入了搜索地址的实景照片，你可以确认自己要去的地方对不对。

各家超市各有不同特色，价格的定位也各不相同，视个人需求和居家附近的方便性而定。这里的超市多为如国内家乐福那样连锁店形式，新生应该访问其超市主页，使用“Store locator”，输入住址的邮编，找到距离自己最近的店。另一个推荐访问超市网站的原因是每所超市每周对部分商品会实行特价优惠(Weekly Specials)，而这些广告除了到超市拿到外，也可以从网上访问到。提前阅读这些广告所以可以提高你购物效率。网页上还会提供超市营业时间，出发晚的出行前注意查询。推荐的的购物方法是将自己想购买的物品写到一张纸上，可以从几天前就开始积累，以免到时一时想不起来。等攒到一定多程度再去买。

下面几个超市是老生们推荐的：

(1) 大华 http://www.99ranch.com/

3288 Pierce Street Richmond, CA 94804 (学校附近仅此一家)

重要的华人超市，位于 UC Village 附近(在 Albony)。主要解决在一般美国超市买不到的国内食品和用具，如榨菜，挂面，中国调料等，同时肉类和蔬菜也比较便宜。

不在大华附近的学生可以从学校可搭乘 52L 公交车抵达，也可以使用 BART（El Cerrito Plaza 站下车）。从校园骑车到大华，自行车需 40min，乘 BART 只需 4min (没错 4min，当然为了等车往往需要 10min 左右) ，单程票价仅$1.50。另外记得：BART 上允许带自行车上车，所以可以带自行车上 BART，可以带回更多的物品。

(2) Safeway http://www.safeway.com/

1444 Shattuck Place Berkeley, CA 94709(校西北面，骑车约 15min 可到。公车 18 路可到。请网上查询其他)。

肉类（猪肉，牛肉，鸡肉等）和食品类(如面包，饼干)比较便宜，也有蔬菜可买，比大华容易去，骑车即可。注意要办免费的会员卡，一般情况下只有会员优惠的商品才值得买。

(3) Berkeley Bowl http://www.berkeleybowl.com/ （无 Weekly Ads）

2020 Oregon St. Berkeley, Ca 94703 (仅此一家，非连锁)

位于学校南边，墨西哥人开办，，住在校园南边的同学解决新鲜蔬菜的主要场所（价格比附

近的美国人办超市低得多)。骑自行车从校园南门到 Berkeley Bowl 约 15min。注意，除蔬菜，水果，鸡蛋，牛奶等外，Berkeley Bowl 一般商品并不便宜，不推荐购买。

(4) Monterrey Market
1549 Hopkins Street, Berkeley, CA
住在校园北边学生买蔬菜的场所。

(5) Costco http://www.costco.com/ （无 Weekly Ads）
4801 Central Avenue, Richmond, California 94804(学校附近仅此一家)
类似批发市场，提供除蔬菜外大部分商品，如面包到日用杂品，各式各样。特点是量大低价格，而且质量并不差。缺点是必须买大量（没有散装），需要办理会员卡（每年~$50，可以同人分享)，而且对于一个人，食品类容易吃不完，造成过期浪费。

(6) Walgreens http://www.walgreens.com
多家，网上查询。最近两家就在学校南门外和西门外。
没有太大特点，各种日用杂货，价格一般，不过学校附近站点很多。

(7) Oakland Chinatown
位于 Oakland 的 7th,8th,9th Street，可搭 AC Transit 15，40L 到 Harrison Street 或 BART 至 12th Street 附近下车。有多家菜市场，价格一般比大华或 Costco 便宜非常多，但是买菜需要一定的经验，懂得挑选。还有很多杂货店，适合买各种生活用品，价格也比其他地方低很多，以广东特色的商品为主，如煲汤锅。另外，还有中药店，卖电话卡的地方（比大华便宜)，汇丰银行（有较高的利率）等。

(8) Trader Joe's http://www.traderjoes.com/
225 El Cerrito Plaza El Cerrito, CA 94530 (乘 BART 过去很方便，几乎出站就是)
在 El Cerrito Plaza 内，有机蔬菜比较有名，不过价格自然要贵。

(9) ROSS http://www.rossstores.com/
2000 El Cerrito Plz El Cerrito, CA 94530
一些过季商品或是某些清仓、或有瑕疵的衣服、日常用品、鞋子等等，价格自然显得格外便宜，可以去挑挑看，有时也能找到质量不错的东西和衣服。在 El Cerrito Plaza 有一家（上面提到的 Trader Joe's 和 Albertsons 等超市在一起，形成 El Cerrito Plaza 的四边，就在 BART 站旁，所以这个地方推荐一去)。

(10) Grocery Outlet http://www.groceryoutlets.com/home.aspx
University & 6th
靠近 Berkeley Marina。美国超市，没有固定的商品，而是只集中在一个时期内本地区减价的各种东西，以食品为主。价格比其他超市便宜非常多。

(11) ACE hardware http://www.acehardware.com
2145 University Ave Berkeley, CA 94704
就在学校西门外，买钳子，锤子之类工具的地方。

此外，比较有名的还有 Target, Albertsons 等超市。特别地，购买家具可以考虑"IKEA and Home Depot in Emeryville, a Target in Albany and at El Cerrito Del Norte, and a Bed, Bath, and Beyond at the El Cerrito Plaza."

6.2. 网上采购

非常推荐的购物方式，足不出户，动动手指就可以买到。首先来了解几个常见单词：美国网上购物经常会听到两个词"deal"，"Rebate"和"Coupon"。Deal 可翻译为"优惠或不错的交易机会"，一般超市特定时间如每周，节假日会推出各种 deals。另外，商品制造商也会不时推出自己的促销 deal。Rebate 是指"将付款的部分返回"，其可以看作一种 deal。网上购物通常见到的是"Mail-in-Rebate"(邮寄方式返钱)。举例来说，一件售价 100 元，Mail-in-Rebate $30 元的商品，通常过程是你首先需要第一次支付 100 元，在收到商品后(一般一周左右)，将其包装上表示其特征的标签剪下，连同一张填有个人信息的表格寄给制造商或销售商。一般过了一个月或更久后（取决于对方处理速度），你会收到一张厂家寄给你的支票，本例中即$30。需要提醒的是一般一种商品，一个地址只能用 rebate 买一个特价。对于两个人 share 一个住址的要注意题。Coupon 翻译为"优惠券"，例如 20 OFF 200，即购物满 200，就可抹掉 20。同 Rebate 相比，这种 Coupon 的效果是即时的，不必等待，但优惠额度往往没有 Rebate 大。

推荐的网上汇集各种 deal 的网站有
Ben's Bargains: http://bensbargains.net/
Deal2buy: http://www.deals2buy.com/
Deal Sea: http://www.dealsea.com/
Dealnews: http://dealnews.com/
The Bargains: http://www.techbargains.com/
注意每个 deal 都具有时效性，有些甚至只持续一天。所以近期要购买特定商品的话，需高密度的关注这些网站。

另外一类网站不收集 deal，但会比较同一货品在不同网站的售价(Price comparison)，对于昂贵的商品也非常有用。有名的几家网站有：
My Simon: http://www.mysimon.com/
Price Grabber: http://www.pricegrabber.com/
Bizrate: http://www.bizrate.com/

下面列举几个有名的网上购物网站，更多网站新生请自己发掘：
亚马逊：http://www.amazon.com/
各式各样的商品，价格也不错。可以以其给出价格作为 Reference，看其他网站价格的高低。
Newegg: http://www.newegg.com/
侧重电子产品，特别是电脑相关，如内存，硬盘等。
Buy.com: http://www.buy.com/
侧重电子产品，偶尔会出现较好的 deal。
更多的超市，如 circuit city, compUSA, Target 等特点各式各样，需要大家自己体会总结。
Fry's: http://www.frys.com/
各种电脑配件，优盘等。机会好的话可能是所有超市中价格最低的。

特别地，书站：
一般书籍（含二手书，注意其新书和 Used 书在同一页，注意找）
www.amazon.com
www.bn.com/
二手书：
www.half.ebay.com/
www.textbooks.com

6.3. 笔记本电脑

对于笔记本电脑，有三种采购途径：
第一种是通过电脑厂商的网站定购。比如 www.lenovo.com, www.dell.com，www.hp.com 等。好处是选择要大一些。大的厂商售后服务非常好，质量也可以信赖。由于一般电脑邮寄需要半个月左右，着急用的话，可以在没过来前就让这边师兄师姐帮你垫付一下钱（当然要找关系密的，毕竟要一千刀左右），并将笔记本邮寄给这边的师兄师姐。你到了以后可以写支票偿还。
第二种，是在 local 的电器商店买，比如 Office Depot, Bestbuy, Circuit City, Office Max，Staples。大家可以请朋友开车带你去买。优点是快速，方便，售后服务好（比如退货）。缺点是价格通常要贵一点，而且选择有限。如上面提到这些超市都有网站，在亲自去以前，可以在网上查到货品的种类、价格（尤其是优惠价格）。网页上一般有 locator，你只要输入自己的地址或邮编，就可以查处附近分店的地址。
第三种，学校里卖的学生机(http://www.tsw.berkeley.edu/)，基本只有 Lenovo 和 Mac 两类的几种机型，据说比网上便宜，凭学生证购买。

7. 安全篇

1. 天黑外出时，一定要在路灯下，能可绕远路些。如果步行去学校，平时就选好一条实验室到家里安全的道路以备使用。
2. 预料到要晚归的话，尽量骑自行车，不要步行。这边敢站在路中间拦人的较少。
3. 女生可以电话联系家附近的男性朋友帮忙开车或者至少陪伴回去。
4. 万一不幸遇到歹徒，牢记性命第一，不要抵抗，不要考虑物质损失。不要争论，不要激怒、惹恼歹徒、或让歹徒觉得不安全。留得青山在，不怕没柴烧。之后马上报警，挂失信用卡、ATM 卡、电话卡。
5. 学校提供两项免费的护卫服务：Bearfact 和 Night Safety Shuttle。简单地说，学校可以在晚间派人陪同你回家或派车 drop-in-door，前提是你住的离学校非常近。具体细节请访问下面链接：http://police.berkeley.edu/programsandservices/campus_safety/index.html

关于 BCSSA

本手册由伯克利中国学生学者联谊会(Berkeley Chinese Students and Scholars Association, BCSSA) 组织编写。抛去堂皇的介绍，简单说 BCSSA 就是中国学生在伯克利大学的学生会，它完全由学生和部分中国来到访问学者，博士后组成。在这里你可以自由的提出建议，组织活动，找到大量志同道合的家伙。BCSSA 主要的职责包括指导并接纳每年从国内过来的新生；组织中秋新年等中国重要节假日晚会；组织沙龙，邀请名人或学生自己，交流各式各样心得；组织郊游；适时的“腐败”…

BCSSA 时刻铭记其代表的在 Berkeley 的中国学生学者的声音。在一些突发事件如 2008 年 4 月奥运圣火经过旧金山时刻，面对之前西方城市出现的骚扰圣火传递的情况，BCSSA 发动了近 200 人的护圣火队伍，和其他华人组织一起，成功的捍卫了火炬和国家的尊严。BCSSA 通过各式各样方式努力服务新生和在校学生。BCSSA-mailing list 为学生们自由的提出各种问题，出售自己东西提供了一个宝贵平台。本手册的书写目的也正是为国内即将达到伯克利的新生，尽可能快速并全面地勾勒伯克利生活的需要了解的方方面面。其编者正是你身边熟悉的师兄师姐们。

欢迎加入加州大学伯克利分校中国学生这个大家庭。同时，在有余力的情况下，希望新生们多多站出来，人人为我，我为人人，为这个大家庭的温暖添上自己的一把火。